



UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA

**KESAN PENGGUNAAN RAKAMAN AUDIOVISUAL ALAM SEMULAJADI YANG
DIIRINGI SURAH YASIN KE ATAS KETENANGAN JIWA**

SITI FUZIAH BT YUSOF

FRSB 2008 6(ii)

**KESAN PENGGUNAAN RAKAMAN AUDIOVISUAL ALAM SEMULAJADI YANG
DIIRINGI SURAH YASIN KE ATAS KETENANGAN JIWA**

Oleh

SITI FUZIAH BT YUSOF

**Tesis Ini Dikemukakan Kepada Sekolah Pengajian Siswazah, Universiti Putra
Malaysia, Sebagai Memenuhi Keperluan Untuk Ijazah Master Sains**

Mac 2008



Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia sebagai memenuhi keperluan untuk ijazah Master Sains

**KESAN PENGGUNAAN RAKAMAN AUDIOVISUAL ALAM SEMULAJADI
YANG DIIRINGI SURAH YASIN KE ATAS KETENANGAN JIWA**

Oleh

SITI FUZIAH BINTI YUSOF

Mac 2008

Pengerusi : Noorizan Binti Mohamed, PhD

Fakulti : Fakulti Reka Bentuk dan Seni Bina

Kajian ini adalah usaha menyediakan satu kaedah yang boleh diguna pakai Penganut Islam untuk meningkatkan ketenangan bagi yang menghadapi tekanan. Amalan hidup mengenyapkan panduan al-Qur'an perlu dikikis dan penggunaan rakaman audiovisual yang dibina boleh dilaksanakan. Adalah perlu membuktikan bahawa mengamati alam dengan persepsi Allah (s.w.t.) melalui al-Qur'an lebih meningkatkan ketenangan berbanding jika mengamati alam dengan bunyi alam itu sendiri. Kaedah Tinjauan dilakukan di Lembah Klang bagi mendapatkan maklumat perbandingan 2 buah rakaman iaitu rakaman visual alam semulajadi beserta bunyi alam dan rakaman visual alam semulajadi beserta iringan bacaan surah Yasin. Ujian T-Sampel Berpasangan mempunyai nilai bererti 0.00, sementara keputusan Ujian Deskriptif serta Ujian T-Sampel Tak Bersandar membuktikan rangsangan bacaan surah Yasin lebih meningkatkan ketenangan apabila melihat alam dengannya. Ujian korelasi membuktikan adanya hubungan positif antara kecenderungan kepada Allah (s.w.t.) dan Agama Islam dengan ketenangan. Dengan penerimaan hipotesis yang disokong oleh pakar, maka rakaman audiovisual ini dicadangkan sebagai kaedah rawatan jiwa Penganut Islam.

Abstract of thesis presented to the senate of Universiti Putra Malaysia in fulfillment
of the requirement for the degree of Master of Science

**THE EFFECTS OF USING NATURE AUDIOVISUAL RECORD
ACCOMPANY BY SURAH YASIN INTO SOUL CALMNESS**

By

SITI FUZIAH BINTI YUSOF

March 2008

Chairman : Noorizan Binti Mohamed, PhD

Faculty : Faculty of Design and Architecture

The study is to drive a method that can be used by the Muslim to increase their calmness when they are in stress. Life without al-Qur'an's guidance must be avoided and usage of audiovisual recording can be implemented. It is important to prove that by viewing nature with perception of Allah (s.w.t.) through al-Qur'an will greatly increase calmness compare to viewing nature by it self. An Investigation Method was performed in Klang Valley to collect comparative data of 2 audiovisual recordings that show the nature's view with their sound compare with the audiovisual that shown the nature's views with Surah Yasin. The significant difference value from T-Test Paired Sampling is 0.00, while the result from Descriptive Test and T-Test Sampling proved that responses from Surah Yasin increased more calmness when viewing nature with it. Correlation Test also proved that there were positive relations between the inclination to Allah (s.w.t.) and Islam with calmness. With the Hypothesis accepted and supported by experts, the recording of audiovisual can be proposed as the method of Muslim's soul treatment.

PENGHARGAAN

Dengan Nama Allah Yang Maha Pemurah Lagi Maha Penyayang

Syukur Alhamdulillah ke hadrat Nya kerana dengan limpah kurnia dan anugerah Nya maka kajian ini dapat diselesaikan dengan bimbingan Nya. Terdahulu, rakaman ribuan terima kasih diucapkan kepada Profesor Madya Dr Noorizan Bt Mohamed (Jabatan Landskap, UPM) selaku pengerusi penyelia, Profesor Dr Azhar B. Md Zain (Jabatan Psikiatri, UPM) dan Profesor Dr Mohd Yakub @ Zulkifli B. Mohd Yussof (Jabatan Al-Qur'an, UM) selaku penyelia yang banyak memberi tunjuk ajar dan bantuan tanpa jemu sepanjang kajian dilakukan. Terima kasih diucapkan kepada Jawatan Kuasa Pemeriksa serta kepada Profesor Madya Dr Mustafa Kamal B. Mohd Shariff kerana keterbukaan beliau maka kajian ini dapat dilakukan di FRSB. Tidak lupa juga ucapan ini ditujukan kepada para pensyarah terutama En Nasir B. Baharuddin dan Dr Kamariah Bt Dola serta warga Fakulti FRSB yang membantu.

Penghargaan juga diucapkan kepada Dato' Dr Harun Din/Darul Syifa dalam bantuan memberi maklumat, Profesor Madya Dr Bahaman B. Abu Samah dalam analisa statistik, Yayasan Pahang melalui Yayasan Restu dalam menyumbangkan cenderamata responden, Dato' Dr Mohd Fadillah B. Kamsah dalam mempertepatkan pengisian kajian dan Encik Nik Malik Nik Zainal Abidin dalam menyokong kajian dilakukan. Ucapan terima kasih juga tidak ketinggalan diucapkan kepada orang-orang perseorangan yang tidak dapat disebutkan namanya di sini, yang terlibat secara langsung mau pun secara tidak langsung dan kepada mereka yang mendoakan kejayaan kajian ini. Buat sekian akhirnya, rakaman penghargaan ini ditujukan kepada semua ahli keluarga, khasnya ibu dan ayah, kerana memberi sokongan dan doa hingga kajian selesai diadakan. Syukur Alhamdulillah hanya kepada Nya...

Saya mengesahkan bahawa satu Jawatankuasa Pemeriksa telah berjumpa pada 25 Mac 2008 untuk menjalankan pemeriksaan akhir bagi Siti Fuziah Binti Yusof untuk menilai tesis Master Sains beliau yang bertajuk “Kesan Penggunaan Rakaman Audiovisual Alam Semulajadi Yang Diiringi Surah Yasin Ke Atas Ketenangan Jiwa” mengikut Akta Universiti Pertanian Malaysia (Ijazah Lanjutan) 1980 dan Peraturan Universiti Pertanian (Ijazah Lanjutan) 1981. Jawatankuasa Peperiksa tersebut telah memperakukan bahawa calon ini layak dianugerahkan ijazah berkenaan.

Ahli Peperiksaan Jawatankuasa adalah seperti berikut :

Osman Bin Mohd Tahir, PhD

Timbalan Dekan
Fakulti Reka Bentuk dan Seni Bina,
Universiti Putra Malaysia
(Pengerusi)

Mohd. Yunus Bin Abdullah, MD

Profesor
Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan
Universiti Putra Malaysia.
(Pemeriksa Dalam)

Amini Amir Bin Abdullah, PhD

Pengarah
Pusat Islam Universiti,
Universiti Putra Malaysia.
(Pemeriksa Dalam)

Abdul Rashid Bin Ahmad, PhD

Profesor Madya
Pusat Pengajian Islam,
Universiti Malaya
(Pemeriksa Luar)

HASANAH MOHD. GHAZALI, PhD

Profesor dan Timbalan Dekan
Sekolah Pengajian Siswazah
Universiti Putra Malaysia

Tarikh :

Tesis ini telah dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia dan telah diterima sebagai memenuhi syarat keperluan untuk Ijazah Master Sains.

Ahli Jawatankuasa Penyeliaan adalah seperti berikut :

Noorizan Binti Mohamed, PhD

Profesor Madya
Fakulti Reka Bentuk dan Seni Bina
Universiti Putra Malaysia
(Pengerusi)

Azhar Bin Md Zain, MD

Profesor
Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan
Universiti Putra Malaysia
(Ahli)

Mohd Yakub @ Zulkifli Bin Mohd Yusoff, PhD

Profesor
Jabatan al-Qur'an dan as-Sunnah,
Pusat Pengajian Islam
Universiti Malaya
(Ahli)

AINI IDERIS, PhD

Profesor dan Dekan
Sekolah Pengajian Siswazah
Universiti Putra Malaysia

Tarikh : 11 September 2008

PENGAKUAN

Saya memperakui bahawa tesis ini hasil kerja saya yang asli melainkan petikan dan sedutan yang tiap-tiap satunya telah dijelaskan sumbernya. Saya juga memperakui bahawa tesis ini tidak pernah dimajukan sebelum ini, dan tidak dimajukan serentak dengan ini, untuk ijazah lain sama ada di Universiti Putra Malaysia atau pun Institusi yang lain.

SITI FUZIAH BINTI YUSOF

Tarikh : 25 Mac 2008

ISI KANDUNGAN

	MUKA SURAT
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PENGHARGAAN	iv
PENGESAHAN	v
PENGAKUAN	vii
SENARAI JADUAL	xi
SENARAI GAMBARAJAH	xvii
SENARAI RINGKASAN PERKATAAN	xviii
TAJUK	
1.0 PENDAHULUAN	1
1.1 Pengenalan	1
1.2 Kenyataan Masalah	2
1.3 Kepentingan Kajian	5
1.4 Matlamat kajian	10
1.5 Objektif kajian	11
1.5.1 Objektif Am	11
1.5.2 Objektif Khusus	11
1.6 Hipotesis	11
2.0 KAJIAN BERTULIS	12
2.1 Definisi, Terminologi, Tafsiran Dan Dalil	12
2.1.1 Rakaman Audiovisual	12
2.1.2 Alam	20
2.1.3 Al-Qur'an	27
2.1.4 Ketenangan Manusia	45
2.2 Latar Belakang Kajian	60
2.3 Limitasi Kajian	65
2.3.1 Penggunaan Pendekatan Agama Islam Dan Al-Qur'an	65
2.3.2 Penggunaan Surah Yasi @ @ @ n	66
2.3.3 Rakaman Audiovisual Dibina Dari Rakaman Sedia Ada	67
2.3.4 Pengukuran Ketenangan Dan Tekanan Responden	69
3.0 METODOLOGI	71
3.1 Pemboleh Ubah	72
3.2 Populasi Kajian	73
3.3 Persampelan	74
3.4 Kesahan Pengukuran	77
3.5 Kaedah	79
3.5.1 Kaedah Tinjauan Pendapat Umum	80
3.5.2 Kaedah Tinjauan Pendapat Pakar	88
3.6 Analisis Data	90

TAJUK	MUKA SURAT
4.0 KEPUTUSAN DAN PERBINCANGAN	91
4.1 Analisis Data	91
4.1.1 Kaedah Tinjauan Pendapat Umum	91
4.1.2 Kaedah Tinjauan Pendapat Pakar	
4.2 Perbincangan	143
4.2.1 Latar Belakang Am Responden	164
4.2.2 Latar Belakang Responden Terhadap Alam	166
4.2.3 Latar Belakang Terhadap Agama	167
4.2.4 Ketenangan Sebelum Menonton Rakaman Audiovisual	169
4.2.5 Ketenangan Selepas Menonton Rakaman Audiovisual	172
4.2.6 Pendapat Tentang Rakaman Audiovisual	174
4.2.7 Kecenderungan Bidang	175
4.2.8 Markah Kecenderungan Minat	177
4.2.9 Perkaitan Bidang Kecenderungan Dengan Penampilan Diri	178
4.2.10 Huraian Menggunakan Rujukan Bahan Bertulis	179
5.0 RINGKASAN, KESIMPULAN DAN CADANGAN UNTUK KAJIAN DI MASA HADAPAN	230
5.1 Ringkasan Kajian	230
5.2 Kesimpulan Kajian	236
5.3 Cadangan Untuk Kajian Di Masa Hadapan	238
RUJUKAN	241
LAMPIRAN	247
BIODATA PENULIS	274

SENARAI LAMPIRAN

Lampiran	Muka Surat
A Borang Ujian Tekanan Diri	248
B Borang Soal Selidik Kaedah Tinjauan Pendapat Umum	249
C Borang Soal Selidik Kaedah Tinjauan Pendapat Pakar	259
D Gambar Foto Rakaman Visual Alam Semulajadi	270
E VCD Rakaman Audio Visual Kajian	272
F Naskah Surah Yasi@n	273



SENARAI JADUAL

Jadual		Muka Surat
4.0	: Ujian T-Sampel Berpasangan Membandingkan Markah Ketenangan Sebelum Dan Selepas Melihat Rakaman Audiovisual Berbeza	91
4.1	: Markah Ketenangan Mengikut Ujian Tekanan Diri	92
4.2	: Negeri Asal / Pernah Dibesarkan	93
4.3	: Umur	93
4.4	: Jantina	94
4.5	: Bangsa	94
4.6	: Status Perkahwinan	94
4.7	: Suasana Dibesarkan	95
4.8	: Bidang Pekerjaan/Belajar	96
4.9	Jenis Pendidikan	96
4.10	: Melihat/Merenong Alam	96
4.11	: Kekerapan Melihat Alam	97
4.12	: Ketenangan Melihat Alam	97
4.13	: Suasana Tempat Melihat	98
4.14	: Perasaan Melihat Alam	99
4.15	: Jangkamasa Perasaan Dialami	100
4.16	: Kefahaman Ketenangan Melihat Alam	100
4.17	: Julat Peratus Ketenangan Sebelum Melihat Audio Visual	101
4.18	: Pencinta Keindahan Alam	101
4.19	: Kaedah Menghargai Alam	102
4.20	: Minat Kepada Alam	102
4.21	: Kekerapan Menghargai Keindahan Alam	103

Jadual	Muka Surat
4.22 : Pendidikan Agama	103
4.23 : Tahap Pembacaan Al-Qur'an	104
4.24 : Pendapat Tentang Agama	104
4.25 : Punca Masalah	105
4.26 : Matlamat Hidup	106
4.27 : Kualiti Rakaman Visual	106
4.28 : Julat Peratus Ketenangan Selepas Melihat Rakaman	107
4.29 : Kepekaan Terhadap Elemen	107
4.30 : Elemen Menarik	108
4.31 : Kesukaan Terhadap Rakaman Visual	108
4.32 : Ulasan Terhadap Rakaman Visual	109
4.33 : Kualiti Rakaman Audio	109
4.34 : Ulasan Terhadap Rakaman Audio	110
4.35 : Kesukaan Terhadap Rakaman Audio	110
4.36 : Kelegaan Perasaan Selepas Melihat & Mendengar Rakaman	111
4.37 : Perasaan Selepas Melihat & Mendengar Rakaman	111
4.38 : Perbezaan Markah Ketenangan	112
4.39 : Perbezaan Tahap Ketenangan Selepas Melihat Rakaman	112
4.40 : Perbezaan Peratus Ketenangan Selepas Rakaman	113
4.41 : Perbezaan Tahap Ketenangan Selepas Melihat Rakaman	113
4.42 : Perbezaan Pendapat Selepas Rakaman	114
4.43 : Kecenderungan Bidang Secara Umum	114
4.44 : Kecenderungan Agama	115

Jadual	Muka Surat
4.45 : Kecenderungan Alam	115
4.46 : Ketenangan Mengikut Kajian	116
4.47 : Kecenderungan Menjawab Merujuk Allah (s.w.t.)	116
4.48 : Kecenderungan Kepada Selain Dari Alam/Agama/Allah	117
4.49 : Kecenderungan Merujuk Allah (s.w.t.) Dan Alam	117
4.50 : Penampilan Diri Sebenar	118
4.51 : Markah Kecenderungan Selain Agama Dan Alam	118
4.52 : Markah Kecenderungan Agama	119
4.53 : Markah Persepsi Kehijauan Alam	120
4.54 : Markah Kecenderungan Alam	120
4.55 : Markah Kecenderungan Menjawab Merujuk Allah(s.w.t.)	121
4.56 : Markah Ketenangan Mengikut Kajian	122
4.57 : Cerapan Bagi Pengisian Masa Lapang	122
4.58 : Cerapan Bagi Kesukaan Tempat Melihat	123
4.59 : Cerapan Bagi Perasaan Melihat Alam	124
4.60 : Cerapan Bagi Kefahaman Ketenangan Melihat Alam	124
4.61 : Cerapan Bagi Perasaan Ketika Data Diambil	125
4.62 : Cerapan Bagi Pendekatan Mengikut Perasaan	125
4.63 : Cerapan Bagi Suasana Tempat Kegemaran	126
4.64 : Cerapan Bagi Kaedah Menghargai Alam	126
4.65 : Cerapan Bagi Bidang Minat	127
4.66 : Cerapan Bagi Elemen Menarik	128
4.67 : Tahap Ketenangan Sebelum Dan Selepas Menonton Rakaman	128

Jadual	Muka Surat
4.68 : Perkaitan Di Antara Kecenderungan Minat Dengan Penampilan Diri Sebenar Responden	129
4.69 : Latar Belakang Responden Secara Am	131
4.70 : Latar Belakang Responden Terhadap Alam	131
4.71 : Ketenangan Sebelum Melihat Rakaman Audio Visual	132
4.72 : Latar Belakang Responden Terhadap Agama	132
4.73 : Ketenangan Selepas Melihat Rakaman Audio Visual	133
4.74 : Pendapat Tentang Rakaman Audio Visual	134
4.75 : Kecenderungan Minat	135
4.76 : Markah Kecenderungan	136
4.77 : Perkaitan Bidang Kecenderungan Dengan Penampilan Diri Sebenar	136
4.78 : Hubungan Kecenderungan dengan Markah Skala Ketenangan Selepas Melihat Rakaman Audio Visual	140
4.79 : Hubungan Kecenderungan dengan Markah Ketenangan Keseluruhan	141
4.80 : Markah Ketenangan Mengikut Ujian Tekanan Diri Pakar	144
4.81 : Jantina	144
4.82 : Negeri Asal / Pernah Dibesarkan	145
4.83 : Peringkat Umur	145
4.84 : Pekerjaan	146
4.85 : Bangsa	146
4.86 : Status Perkahwinan	147
4.87 : Suasana Dibesarkan	147
4.88 : Cara Menghargai Alam	148
4.89 : Tempat Melihat/ Merenong Alam	148

Jadual	Muka Surat
4.90 : Perasaan Bila Melihat/Merenong Alam	149
4.91 : Kekerapan Melihat / Merenong Alam	150
4.92 : Elemen Alam Menarik	150
4.93 : Kepekaan Terhadap Alam	151
4.94 : Ketenangan Melihat / Merenong Alam	151
4.95 : Peningkatan Ketenangan Melihat/Merenong Alam	151
4.96 : Punca Ketenangan	152
4.97 : Perasaan Selain Tenang	152
4.98 : Perasaan terhadap Allah (s.w.t.)	153
4.99 : Melihat/Merenong Alam Dan Mendengar Ayat Al-Qur'an	154
4.100 : Contoh Ayat Al-Qur'an Yang Teringat / Dengar Semasa Melihat Alam	154
4.101 : Kandungan Ayat Al-Qur'an	154
4.102 : Sebab Melakukan Melihat/Merenong Alam Dan Mendengar/ Mengingati Ayat Al-Qur'an	155
4.103 : Melihat Alam Dan Dengar Surah Yasi@n	155
4.104 : Faktor Tidak Melihat Alam Dan Dengar Surah Yasi@n	156
4.105 : Pendapat Peningkatan Ketenangan Melihat Alam Dan Dengar Surah Yasi@n	157
4.106 : Peningkatan Ketenangan Melihat Alam Dan Dengar Surah Yasi@n	157
4.107 : Kandungan Surah Yasi@n	158
4.108 : Kefahaman Surah Yasi@n	158
4.109 : Kegunaan Surah Yasi@n	159
4.110 : Tahu Kegunaan Surah Yasi@n	160

Jadual	Muka Surat
4.111 : Melakukan Tafsiran Surah Yasi@n	160
4.112 : Tafsiran Surah Yasi@n Berkaitan Alam	161
4.113 : Kepentingan Surah Yasi@n Dan Alam Untuk Kepentingan Manusia Di Dunia Dan Di Akhirat	161
4.114 : Kegunaan Surah Yasi@n Sebagai Asbab	162
4.115 : Tafsiran Surah Yasi@n Sebagai Asbab Penawar Jiwa Manusia	162
4.116 : Akan Melihat Alam Dan Dengar Surah Yasi@n	163
4.117 : Tahu Ketenangan Dari Allah Dan Surah Yasi@n Mengingatkan Manusia Kepada Nya	163
4.118 : Tahap Ketenangan Responden Dari Ujian Tekanan Diri Mengikut Kaedah Yang Dilakukan	171
4.119 : Ringkasan Contoh Persamaan Alam Dengan Ayat Surah Yasi@n	216

SENARAI GAMBARAJAH

Gambarajah	Muka Surat
1 Proses Perubahan Rangsangan / Proses Pembelajaran	14
2 Teori Tindakan Munasabah	17
3 Teori Tindakan Berencana	18
4 Tarikan dari Benci kepada Cinta	19
5 Sistem Saraf Manusia	49
6 Graf Korelasi Menunjukkan Perkaitan di Antara Kecenderungan Minat Dengan Ketenangan Responden	186
7 Perkaitan Di Antara Bangkitan Emosi Dan Tekanan Dengan Prestasi Manusia	188
8 Pertukaran Fahaman Dari Penggunaan Model Keperluan Maslow Kepada Penggunaan Model Keperluan Islam	194
9 Perhubungan Manusia, Alam Dan Surah Yasi@n	197
10 Rantai Ilmu Pembelajaran Manusia / Isi pati Surah Yasi@n	199
11 Perhubungan Allah (s.w.t), Alam Dan Manusia	203
12 Hubungan Allah (s.w.t.) Dengan Manusia / Perjalanan Hidup Manusia Di Dunia /Isi Pati Surah Al-Fatihah	205
13 Skop Kawasan Pengetahuan Manusia Tentang Alam / Surah Yasi@n Dan Jarak Hubungan Manusia dengan Allah (s.w.t.)	208
14 Pembesaran Skop Kawasan Pengetahuan Manusia Tentang Alam / Surah Yasi@n Dan Pendekatan Jarak Hubungan Manusia Dengan Allah (s.w.t.) Akibat Proses Pendekatan	213
15 Cadangan Carta Alir Proses Perubahan Penganut Islam	229

SENARAI RINGKASAN PERKATAAN

(s.w.t.)	-	Subhana wa Ta'Ala
(s.a.w.)	-	Sallawahu'alaihi was salam
(a.s.)	-	Alaihi was salam
JAKIM	-	Jabatan Kemajuan Islam Malaysia
Ms.	-	Muka Surat
WHO	-	Pertubuhan Kesihatan Dunia

PENDAHULUAN

1.1 Pengenalan

Senario hari ini melihat dunia menghadapi krisis bila ramai penduduknya menghadapi masalah tekanan fizikal dan rohani akibat tiada ketenangan diri. Manusia mengadakan pelbagai langkah bagi mengembalikan ketenangan, di antaranya melihat alam. Namun cara ini masih gagal membantu menangani masalah tekanan bila peratusan manusia tidak tenang masih terlalu tinggi. Masalah ini tidak terkecuali kepada penganut Islam yang tidak mengikut panduan al-Qur'an sedangkan al-Qur'an telah menyatakan alam adalah salah satu penyebab yang boleh digunakan untuk menenangkan jiwa. Ramai lebih gemar merehatkan diri menonton media audiovisual yang mudah didapati kini. Kebanyakan kandungan media audiovisual melalaikan dan mengheret penganut Islam semakin jauh mengenepikan fitrah sebenar manusia sehingga akhirnya mereka semakin tertekan. Dengan ini, kajian berfalsafah Islam dilakukan bagi mengadakan kaedah meningkatkan ketenangan manusia menggunakan rakaman audiovisual pengamatan alam melalui al-Qur'an.

Teras kajian adalah menyediakan kaedah bagi menenangkan jiwa penganut Islam menggunakan rakaman audiovisual berkonsepkan falsafah melihat alam melalui al-Qur'an. Menurut al-Qur'an, jiwa manusia diajak berkomunikasi bagi menilai apa dilihat dan didengarinya ketika dengan melihat alam. Alam menyediakan maklumat membantu manusia berfikir terhadap sesuatu masalah yang dihadapinya. Bagi manusia yang mengalami kegelisahan jiwa dalam memahami erti kehidupan perlu di'dekat'kan dengan Allah (s.w.t.) agar Allah (s.w.t.) menganugerahkan ketenangan yang sebenar kepada mereka. Kajian menggunakan salah satu surah al-Qur'an

sebagai contoh bagi mengaitkan hubungan manusia dengan alam dan Tuhan pencipta Alam. Surah Yasi@n dipilih memandangkan ianya paling sesuai untuk kajian. Dengan mendengar bacaan surah ini ketika melihat rakaman visual alam membolehkan persepsi manusia terhadap diri dan Tuhannya diimbaskan hingga mereka menyedari serta mengingati siapa diri serta siapa Tuhan di alam ini.

Kaedah yang menggunakan rakaman audiovisual menunjukkan keindahan alam semulajadi bersama kesan audio membuktikan bahawa ketenangan ketika melihat alam dalam keadaan biasa boleh ditingkatkan bila melihat alam semulajadi dengan persepsi bertuhankan Allah (s.w.t.). Untuk itu, Kaedah Tinjauan Pendapat Umum dilakukan di Lembah Klang bagi membandingkan kesan yang diberi oleh 2 buah rakaman audiovisual terhadap peningkatan ketenangan diri penganut Islam. Dengan pembuktian bahawa responden kajian lebih tenang bila melihat alam sambil mendengar bacaan Yasi@n maka rakaman ini dicadangkan sebagai kaedah rawatan jiwa bagi penganut Islam yang mahu menenangkan diri mengikut kaedah Islam.

1.2 Kenyataan Masalah

Dunia kacau bilau bila manusia hilang peradaban akibat penggunaan cara hidup moden yang terlalu sibuk hingga mengenepikan nilai agama serta nilai toleransi hidup bermasyarakat. Di antara buktinya ialah peratus bilangan kes keruntuhan moral, jenayah, kemalangan serta penghidap tekanan jiwa parah yang makin meningkat. Krisis dunia semakin meruncing bila manusia semakin zalim, ganas dan mementingkan diri. Hal ini berpunca dari kerana tiadanya ketenangan dalam diri manusia yang tertekan hingga menyebabkan mereka menghadapi kecelaruan

pemikiran semasa membuat pemilihan di antara perkara benar dan salah. Banyak usaha dilakukan bagi menangani masalah ini dan salah satu yang paling mudah dan kerap dilakukan adalah dengan melihat alam. Namun persoalannya, mengapa peratusan manusia tidak tenang masih terlalu tinggi sedangkan ada alam indah sekeliling mereka? Mengapa alam gagal menenangkan manusia? Adakah kaedah melihat alam dari barat telah lengkap untuk menenangkan manusia? Bolehkah manusia menangani masalah mereka sendiri?

Menurut Zulkiflee H., *et al* (2005), penganut Islam turut terheret dalam permasalahan tiada ketenangan ini dan punca utamanya ialah kerana mereka kurang menghayati ajaran Islam. Menurut Jakim (2005), persepsi ramai penganut Islam kini terbatas kepada aspek ibadah khusus dan kefahaman Islam mereka hanya ditampilkan dalam slogan serta seni bahasa indah tanpa dijadikan budaya hidup. Berbanding penganut Islam terdahulu yang cemerlang mendokong al-Qur'an sebagai punca utama rujukan, penganut Islam kini makin melupai dan meminggir diri dari ajaran al-Qur'an akibat kurang pengetahuan tentang hakikat kewujudan dihidupkan ke alam ini.

Dalam keadaan tidak tenang, ramai manusia melihat alam sekadar melihat tanpa mempunyai sebarang tafsiran memandangkan pada waktu tersebut jiwa mereka tertekan sehingga menyebabkan sistem fizikal mengalami tindakbalas bagi mengimbangi kesan sehingga mengurangkan penumpuan otak berfikir. Tidak ramai dapat menghayati serta mengambil peluang menghayati alam ketika jiwanya tertekan walaupun ada alam yang indah dipersekitarannya. Mereka kian lupa bahawa di sebalik penciptaan alam ada Pencipta yang mengurusnya. Keadaan lebih parah bila ada yang terlupa dan tidak tahu siapa sebenarnya mereka serta mengapa mereka

dihidupkan di bumi ini. Sifat lupa ditambahi adanya nafsu serta gangguan syaitan menghasut sehingga mengheret manusia menjauhi lumrah kehidupan manusia sebagai makhluk yang memerlukan pertolongan Tuhan bagi menguruskan dirinya.

Manusia seperti ini hanya mendedahkan diri mereka kepada tahap tekanan yang lebih tinggi. Proses melakukan penyedaran dan pengingatan kepada manusia perlu dilakukan bagi menunjukkan bahawa di sebalik alam ada Penciptanya di mana mereka yang lalai serta lupa perlu menggunakan perlaksanaan ajaran al-Qur'an dalam aktiviti kehidupan sehariannya. Maka adalah perlu mengadakan satu kaedah diterima ramai supaya mereka dapat mengalami ketenangan hingga dapat membuahkan rasa kesyukuran ke atas nikmat anugerah yang diberi Allah (s.w.t.).

Kini, ramai penganut Islam mengisi masa lapang dan merehatkan diri dengan menonton rancangan televisyen mahu pun melalui rakaman audiovisual yang boleh didapati dalam pelbagai bentuk umpamanya kaset video, cakera padat maupun melalui internet seiring arus perubahan kemajuan dunia hari ini. Mungkin ada di kalangan mereka menyedari melalui bahan tontonan dapat memberi pengetahuan, pengalaman, dan pembentukan diri namun ada juga yang tidak menyedari bahawa apa yang dilihat dan didengari akan membentuk perwatakan sehingga mengeluarkannya sebagai tingkahlaku.

Masalah berlaku bila mereka yang tiada atau terlupa akan ajaran Islam melihat media audiovisual tanpa kawalan sehingga terikut-ikut kepada nilai-nilai yang bukan ajaran Islam. Ramai yang menonton dengan sekadar hasrat melihat tanpa menyedari adanya proses pembelajaran secara tidak langsung telah disampaikan kepada mereka.

Akhirnya mereka secara sedar maupun tidak, terikut-ikut cara hidup menyalahi fitrah sebenar kehidupan manusia hingga menyebabkan jiwa mereka tertekan. Oleh itu, kajian menggunakan pendekatan yang popular ini iaitu menggunakan rakaman audiovisual bagi mendekati dan mempengaruhi penganut Islam melalui rangsangan berarah menggunakan visual alam melalui al-Qur'an untuk tingkatkan ketenangan mereka memandangkan kurangnya penumpuan diberikan kepada kaedah sebegini.

1.3 Kepentingan Kajian

Cara hidup yang pesat membangunkan telah melahirkan dunia yang dihuni oleh ramai manusia tidak tenang bertekanan jiwa. Keadaan semakin parah bila alam yang menyediakan keperluan manusia kian menghimpit akibat perbuatan ramai manusia yang amat mementingkan kebendaan. Banyak teori menunjukkan manusia amat memerlukan alam bagi memenuhi keperluan untuk kesenambungan hidup dan di antara yang termasyhur ialah Teori Keperluan Maslow (1970). Teori ini mengenalpasti keperluan manusia di alam dan mendapati manusia cenderung mendapatkan keperluan di dasar piramid sebelum mendapatkan keperluan di atasnya.

Manusia seringkali bertembung masalah hingga mewujudkan konflik sosial dan alam bila mereka tidak tenang dan bercenderung melakukan tindakan salah sehingga merosakkan diri, masyarakat dan alam. Kesibukan bersaing mengejar keperluan di dasar piramid menyebabkan tidak ramai mengambil peluang mendapatkan keperluan menghayati keindahan (estetik) di puncak piramid untuk menenangkan diri walaupun ada alam indah di sekelilingnya. Alam sekadar dilihat tanpa dinilai dan dimengertikan kewujudannya. Ramai hidup tertekan kerana adanya sikap

mengepikan keperluan diri untuk bertenang manakala tindakan mendapat rawatan dilakukan hanya apabila diri telah gagal mengawal fikiran dan tingkah laku.

Manusia bertekanan bukan sahaja memberi masalah kepada keselamatan umum malahan juga merugikan kewangan, masa dan tenaga. Dunia rawatan pesakit jiwa kini menghadapi masalah limpahan pesakit apabila semakin ramai pesakit memasuki tahap kronik manakala pesakit yang sedia ada pula sukar disembuhkan. Dengan ini, manusia perlu disedarkan dan diberi penekanan supaya menjaga kesihatan diri agar sentiasa berusaha menenangkan diri dari tekanan yang ada supaya tidak masuk ke tahap tekanan yang lebih berat. Adalah lebih baik mengadakan usaha pencegahan berbanding rawatan bagi penyakit jiwa ini memandangkan setiap manusia mempunyai potensi menghadapi tekanan jiwa sekiranya tidak ditangani dengan cara yang mengikut fitrah kejadian manusia.

Telah berabad lamanya manusia mengadakan pelbagai usaha bagi meningkatkan ketenangan dan salah satu yang termudah adalah dengan melihat alam. Namun usaha ini kurang berkesan bila peratus bilangan manusia tidak tenang dan bertekanan jiwa masih terlalu tinggi. Ramai di antara manusia yang bingung ini hanya berlegar-legar di dalam kitaran masalahnya tanpa berpenghujung. Ini menunjukkan dengan hanya melihat alam, manusia sukar menjadi tenang. Manusia perlu merujuk kepada Tuhan yang mencipta mereka kerana Dia Amat Mengetahui tentang diri manusia. Tanpa pergantungan kepada Tuhan, mustahil manusia mendapat penyelesaian terhadap masalah yang dihadapinya. Malangnya, tidak ramai manusia menyedari akan adanya keperluan ini dan lebih rela menyendiri tanpa menyandarkan permasalahan mereka kepada Tuhannya.